

# Latina Juventud

## Hable con Sus Hijos Sobre las Drogas y Sus Peligros



*Publication No. (ADP) 01-3637*

Resource Center  
State of California  
Alcohol and Drug Programs  
1700 K Street  
First Floor  
Sacramento, CA 95814

(800) 879-2772 (California Only)  
(916) 327-3728  
FAX: (916) 323-1270  
TTY: (916) 445-1942  
Internet: [www.adp.ca.gov](http://www.adp.ca.gov)  
E-Mail: [ResourceCenter@adp.state.ca.us](mailto:ResourceCenter@adp.state.ca.us)

# Latina Juventud

## Hable con Sus Hijos Sobre las Drogas y Sus Peligros

- Los Riesgos Del Abuso De Las Drogas
- Información Sobre Los Inhalantes
- Información Sobre La Marihuana
- Información Sobre La Cocaína
- Información Sobre La Metanfetamina
- Información Sobre La Heroína
- Recomendaciones

## Los Riesgos Del Abuso De Las Drogas

En la actualidad, nuestros niños pueden estar expuestos a las drogas desde muy temprana edad. Nos referimos a las drogas que son ilegales, no a los medicamentos recetados por su médico. Por ejemplo, en 1998 uno de cada cuatro muchachos latinos en el 8vo grado había utilizado, por lo menos una vez, algún tipo de droga ilícita. El uso de drogas afecta igual número de muchachas y muchachos latinos.

El abuso de drogas es un comportamiento que se puede prevenir. Sin embargo, los efectos prolongados de las drogas en el cerebro pueden llevar a la drogadicción, la cual es una enfermedad crónica y recurrente del cerebro. Para cualquiera adicto a las drogas, la necesidad compulsiva de consumir drogas puede ser irresistible. Puede afectar todos los aspectos de la vida de su hijo y de su familia.

El uso de drogas puede tener serias consecuencias para el futuro de un muchacho o un adulto, porque las drogas pueden alterar la manera en que funciona el cerebro. El abuso de drogas puede impedir que sus hijos se desempeñen bien en la escuela y puede dificultar su capacidad para encontrar y mantener empleo, aún después de haberse graduado. Las investigaciones científicas han demostrado que la comunicación con los hijos es una manera eficaz de prevenir que utilicen las drogas. Nunca es demasiado temprano o demasiado tarde para hablar sobre los riesgos asociados con el abuso de drogas.

El propósito de esta publicación es ofrecerle información científica acerca de los efectos de las drogas a la salud. Esta le servirá para que hable con sus hijos sobre las consecuencias de las drogas. Las drogas sobre las que elaboraremos son los inhalantes, la marihuana, la cocaína, la heroína y la metanfetamina.

Aún cuando no deseáramos que fuese así, nuestros hijos pueden tener acceso a drogas en muchos lugares. Aunque sea difícil, es muy importante que usted hable con sus hijos sobre las consecuencias del uso de drogas-y le urge hacerlo si usted sospecha que están usándolas. Usted conoce a sus hijos mejor que nadie. La mayoría de los padres desarrollan un sexto sentido sobre

sus hijos que les ayuda a intuir los más pequeños cambios en ellos. Pueden existir muchas causas sobre los cambios que usted observe, pero en general, los muchachos que experimentan o usan drogas pueden mostrar alteraciones en:

- El desempeño escolar: obteniendo malas calificaciones, faltando clases, o desarrollando mal comportamiento;
- El interés en actividades: perdiendo interés en sus pasatiempos habituales, deportes o actividades favoritas;
- Las rutinas cotidianas: comiendo demasiado o dejando de comer; durmiendo demasiado o dejando de dormir;
- La selección de amigos: cambiando de amigos, o juntándose con gente que se sabe que utilizan drogas;
- Su personalidad: teniendo mal humor, nerviosismo, agresividad o una rebeldía persistente;
- El comportamiento: cerrando con llave sus cuartos, gavetas o cajas.

Existen ciertas cosas que usted puede ir encontrando en su casa, o en posesión de sus hijos que pueden indicar que están usando drogas. Por ejemplo:

- Papeles para enrollar o liar cigarrillos, pipas y pinzas que se usan para consumir marihuana;
- Frascos pequeños de medicinas, espejos, o cuadritos de vidrio que se usan para consumir cocaína;
- Calcetines que huelen a spray para el pelo, latas o recipientes vacíos de pegamento, o latas vacías de spray para el pelo, que puede ser restos del consumo de inhalantes.

## Información Sobre Los Inhalantes

Los inhalantes son sustancias cuyos vapores se huelen o se respiran. La mayoría son productos comunes que se usan en el hogar o en el trabajo tales como los sprays desodorantes, spray para el pelo, líquidos para limpiar muebles, plumones de tinta permanente, barniz de uñas, pegamentos, pintura de spray y gasolina. Las personas usan estas sustancias porque pueden causar un efecto de embriaguez o agitación seguido por una sensación de tranquilidad. Aún así son extremadamente dañinas. Uno de los principales peligros de los inhalantes es que los niños los pueden obtener prácticamente en cualquier lugar.

Los términos comunes en español son "activo", "cemento" y "gomas". Estos términos en inglés son "sniffing", "snorting" y "bagging" (cuando se trata de oler productos en una bolsa); y "huffing" (cuando se remoja una tela que se coloca frente a la nariz).

### Los inhalantes pueden:

- Causar daños severos al cerebro y al sistema nervioso porque impiden que el cerebro absorba el oxígeno que necesita.
- Acelerar los latidos cardíacos y entorpecer el ritmo normal.
- Causar problemas de memoria, capacidad para solucionar problemas y coordinación.
- Causar convulsiones, coma y muerte súbita si se aspiran en grandes cantidades.

*"La mayoría de los que mueren por oler cosas como spray de pelo y pegamentos son niños entre los 7 y 13 años de edad..."*

## Información Sobre La Marihuana

La marihuana es una hierba que generalmente se fuma como cigarillo. Entre sus nombres más comunes en español se encuentran "mota", "mafu", "juana", "juanita" y "hierba". Los cigarillos de marihuana se conocen como "carruchos", "churros" o "yoints". En inglés, es conocida como "primo", "weed", "herb", "smoke", "dope" y "grass" y los cigarrillos se conocen como "joints" o "blunts".

Los muchachos fuman marihuana para sentirse bien y ser menos tímidos. Los usuarios de marihuana reportan que sienten como si los olores, sabores y sonidos fueran más intensos y les parece como si el tiempo pasara más lentamente. Muchas personas afirman que la marihuana no es dañina, pero las investigaciones científicas demuestran que su consumo puede causar diferentes tipos de problemas a la salud.

*"Muchos creen que la marihuana no es mala, pero no saben que afecta la memoria y que un estudiante que usa marihuana puede tener problemas recordando lo que aprende."*

### La marihuana puede:

- Interferir en el poder de recordar y aprender nueva información.
- Retardar los reflejos, lo que puede afectar el desempeño en los deportes y otras actividades físicas favoritas.
- Hacer que algunas personas se sientan deprimidas y nerviosas o que se imaginen que les va a pasar algo malo.
- Causar problemas similares a los de fumar tabaco, como la bronquitis y las infecciones pulmonares; y contiene muchas sustancias que pueden causar cáncer en los pulmones.

## Información Sobre La Cocaína

**La cocaína** es una droga derivada de la planta de la coca y generalmente tiene la apariencia de un polvo blanco. El polvo de la cocaína se inhala a menudo por la nariz o se puede disolver en agua e inyectarse en las venas. Los términos comunes para describirla en español son "talco", "nieve" y "coca". En inglés se llama "coke", "snow", "blow", "lady" y "flake".

La cocaína también se usa en forma de pequeños cristales que se fuman. Estos se conocen como "crack", por el sonido crujiente que hacen cuando se calientan. En español se conoce como cocaína "crack" o "cocinada". En inglés se conoce como "rock" o "freebase".

### **La cocaína puede:**

- Causar una ansiedad intensa lo que significa que el usuario necesita usar más droga y con mayor frecuencia a fin de sentir el mismo placer que sintió en los primeros usos. Eventualmente, el usuario puede también necesitar la droga con mayor frecuencia sólo para sentirse normal o para evitar sentirse irritable o deprimido.
- Reducir los vasos sanguíneos, lo que requiere que el corazón trabaje y lata más fuerte.
- Causar espasmos musculares, dolor de pecho y ataques de corazón o derrames cerebrales.

*"La cocaína puede acelerar el latido del corazón y causar un ritmo irregular, y eso puede provocar una muerte repentina."*

## Información Sobre La Metanfetamina

En años recientes, el uso de la **metanfetamina** se ha convertido en un problema de las zonas del oeste y sudoeste de los Estados Unidos que se ha extendido a zonas rurales y otras áreas que no habían sido afectadas previamente.

Esta droga se ingiere, inhala, inyecta, aspira o fuma. En la calle se conoce en español como "anfetas", "meta" y "tiza"; y en inglés como "speed", "meth", y "chalk". Otra forma de la droga, el clorhidrato de metanfetamina, se vende en cristales conocidos en español como "hielo", "cristal", y "vidrio"; y en inglés como "ice", "crystal" y "glass".

La metanfetamina se produce frecuentemente con ingredientes que se pueden obtener con facilidad en laboratorios clandestinos o casas privadas. Tiene un efecto altamente estimulante en ciertos sistemas del cerebro. La droga produce una sensación intensa y placentera de estimulación inmediata que dura varios minutos o incluso horas. Otros efectos son el insomnio, incremento en la actividad física y reducción del apetito.

### La metanfetamina puede:

- Aumentar la temperatura del cuerpo.
- Aumentar la posibilidad de insomnio y convulsiones.
- Aumentar el ritmo cardíaco y la presión arterial, lo que puede resultar en daños irreparables de los vasos sanguíneos del cerebro y puede causar derrames cerebrales.

*"Puede causar ansiedad, confusión, alucinaciones y ocasionalmente, un comportamiento violento."*

- Aumentar el riesgo de contraer infecciones tales como hepatitis B y C y el virus del VIH/SIDA al compartir equipos de droga inyectable.
- Resultar en episodios ocasionales de comportamiento violento, ansiedad, irritabilidad, confusión, paranoia intensa y alucinaciones.

## Información Sobre La Heroína

La heroína se procesa de la morfina que es el ingrediente activo primario del opio. Sus nombres más comunes en español son "pasta", "H", "polvo blanco", "junk" y "goma". En inglés es conocida como "smack", "H", "skag", "junk" y "black tar".

En años recientes, el uso de la heroína ha cambiado. Antes, el uso más común de la droga era por vía de inyección intravenosa, pero ahora los usuarios la inhalan, aspiran o fuman. A pesar de que la heroína disponible es más pura, en las calles se vende "cortada" con otras drogas o sustancias como el azúcar, almidón, leche en polvo o quinina. La gente que la compra usualmente no sabe ni la potencia de la droga ni las sustancias con las que se ha combinado, lo cual aumenta el riesgo de una sobredosis o muerte.

### La heroína puede:

- Causar enfermedades al hígado y los riñones.
- Incrementar el riesgo de contraer infecciones como la hepatitis B y C y el VIH/SIDA al compartir equipos de droga inyectable. También a los usuarios de droga inyectable se les pueden debilitar las venas y pueden sufrir infecciones bacteriales de los vasos sanguíneos y las válvulas cardíacas.
- Disminuir la respiración y el ritmo cardíaco.

*"En 1998, la droga más mencionada entre los hispanos cuya muerte era atribuida al uso de drogas, era la heroína."*

## Recomendaciones

Recuerde que nadie conoce a sus hijos mejor que usted. Es importante que comparta con sus hijos la información sobre los riesgos comprobados de las drogas a la salud.

- Escuche a sus hijos. Hágalos saber que le pueden hablar de todo y que usted está dispuesto a escucharlos, aún cuando lo que tengan que decirle sea difícil escucharlo.
- Hábleles claro y a menudo. Explíqueles por qué el consumo de las drogas no es saludable.
- No se olvide de mencionar que las drogas pueden afectar el desempeño en sus actividades favoritas como el baile, fútbol y otros deportes.
- Si sus hijos prefieren leer la información en inglés, usted les puede hablar en español y después entregarles la información escrita en inglés.

*"Hay que hablarles claramente... ¡Hágalo hoy!"*

Existen recursos en español a los que puede tener acceso para mayor información o asistencia. Búsque en la guía telefónica o pregunte en la escuela de sus hijos sobre los siguientes recursos:

- Consejeros escolares, maestros y enfermeras de la escuela
- Hospitales o clínicas de salud
- Una iglesia o parroquia en su comunidad
- Agencias de asistencia comunitaria, grupos de padres, vecinos o agencias sociales
- La estación de policía
- Bibliotecas-un bibliotecario le puede ayudar a encontrar libros u otro tipo de asistencia

Organizaciones para la prevención del uso de las drogas y el alcohol.

"Más vale prevenir que tener que lamentar."